

# TOOLBOX

## Ladders & Trappen

Plaats de ladder onder de juiste hoek van  $70^{\circ}$  -  $75^{\circ}$ , op een vlakke ondergrond. Beide bomen aan de bovenkant van de ladder moeten steunen. Is de hoek groter dan  $75^{\circ}$  dan bestaat het gevaar dat men achterover slaat. Indien de hoek kleiner is dan  $70^{\circ}$  bestaat de kans dat de ladder onderuit glijdt.

Om op een ladder veilig te kunnen werken met voldoende bewegingsvrijheid, is het noodzakelijk dat het bovineinde van de ladder tenminste 1 meter uitsteekt boven de plaats waar gewerkt moet worden. Indien er gevaar bestaat voor wegglijden van de ladder dient de ladder aan de bovenzijde vastgezet te worden.

Vermijd opstelling van een ladder voor een deur. Is dit niet mogelijk, sluit de deur dan af.

Meerdelige ladders moeten zodanig worden opgesteld, dat het schuivende deel van de ladder aan de voorzijde zit. Bij meerdelige ladders moet, bij de overgang van de onafhankelijke delen, een minimale overlap van vijf treden/sporten worden gehanteerd.

Metalen ladders moeten voorzien zijn van rubber ladderschoenen.

Houten ladders moeten tegen uitdrogen en rotten zijn beschermd, maar mogen **niet** geverfd zijn; gebruik hiervoor lijnolie of vernis.

Gebruik bij het klimmen en dalen beide handen en houd het gezicht naar de ladder gekeerd. Reik bij het werken niet verder zijwaarts dan de normale armlengte. Neem de moeite om de ladder te verplaatsen.

Een ladder is geconstrueerd om gebruikt te worden voor het bereiken van hoger gelegen plaatsen. Een ladder is niet bedoeld om te gebruiken als steiger of loopplank. In dergelijke situaties wordt een ladder overbelast en kan bezwijken.

Voorkom uit elkaar glijden van een dubbele trap of ladder door middel van een ketting of stevig touw. Verhoog een ladder nooit door deze even op een kist te plaatsen of door twee ladders aan elkaar te binden.



# TOOLBOX

## VOORWAARDEN GEBRUIK LADDER



<p>Stahoogte &lt; 5 m</p>	<p>Totale statijd* per project &lt; 2 uur</p>	<p>Individuele statijd per dag &lt; 1 uur</p>
<p>Krachtsuitoefening &lt; 50N</p>	<p>Te dragen voorwerpen &lt; 10 kg</p>	<p>Te vervoeren materiaal &lt; 1 meter</p>
<p>Reikwijdte &lt; 1 armlengte</p>	<p>Windkracht &lt; 6 Bf en geen gladheid</p>	

\* Optelsom van alle tijd dat er op een ladder/trap wordt gewerkt voor het totale project (inclusief deelprojecten en uitbesteed werk).

## VOORWAARDEN GEBRUIK TRAP



<p>Stahoogte &lt; 2,5 m</p>	<p>Totale statijd* per project &lt; 4 uur</p>	<p>Individuele statijd per dag &lt; 2 uur</p>
<p>Krachtsuitoefening &lt; 50N</p>	<p>Te dragen voorwerpen &lt; 10 kg</p>	<p>Te vervoeren materiaal &lt; 1 meter</p>
<p>Reikwijdte &lt; 1 armlengte</p>	<p>Windkracht &lt; 6 Bf en geen gladheid</p>	



# TOOLBOX

## Ladders.

Plaats de ladder voor elke 4 meter omhoog 1 meter naar voren.

Gebruik opsteekladders steeds met het schuivende deel aan de voorkant, dus naar u toe. Zorg voor een overlap van minimaal 5 treden en let bij optrekbare schuifladders op de kwaliteit van het touw. Ladders van jongere fabricagedatum (1986 en later) zijn vervaardigd volgens de eisen van het Besluit draagbaar klimmaterieel en zijn zo geconstrueerd dat de uiterste gebruiksstand begrensd is. De overlap van minimaal 5 treden hoeft dus voor deze ladders niet te gelden.

Plaats een ladder nooit voor een deur, tenzij deze volledig kan worden afgesloten. Plaats hem ook niet op een helling of op een zachte of ongelijke bodem. Gebruik in die gevallen een paar brede planken onder de ladderbomen.

Zet de ladder zo mogelijk vast (b.v. met touwen). Ladderschoenen willen nog wel eens wegschuiven. Spijker op kritische plaatsen een paar klampen achter de poten.

- Houd de ladder en de toegang tot de ladder vrij van obstakels.
- Ga nooit met zware lasten of met meerdere personen tegelijk de ladder op en reik nooit verder dan de normale armlengte. Ga ook nooit ruggelings de ladder af, maar altijd met het gezicht naar de ladder gekeerd.
- Gebruik bij 'open spanning', zoals in het geval van onafgeschermdde bovenleidingen, nooit een metalen ladder of een overigens goed geïsoleerde ladder met metalen delen. Dit kan sluiting of gevaarlijk contact maken. Gebruik in deze gevallen speciale kunststof ladders die periodiek worden gekeurd.
- Bescherm houten ladders tegen uitdroging en rotten. Let daarbij speciaal op de plaats waar de sport in de ladderboom is bevestigd.
- Houten ladders mogen nooit geschilderd worden. Hierdoor verdwijnen namelijk scheuren uit het zicht. Gebruik lijnolie of blanke vernis.
- 'Repareer' een beschadigde sport of ladderboom nooit door een sport óp de ladderboom te spijkeren of een gebroken ladderboom te 'spalken'.
- Gebruik een houten ladder altijd met de pennen naar voren, zodat ze zichtbaar zijn en gebruik een ladder nooit op z'n kop.
- Schoor lange ladders om doorzwiepen te voorkomen. Dit geldt vooral voor zelfgemaakte bouwladders van meer dan 7½ meter lengte. De sporten moeten beslist in de kepen van de bomen rusten en mogen dus nooit zómaar óp de bomen worden gespijkerd.
- Zorg bij een harde ondergrond voor zachte ladderschoenen.
- Een houten ladder mag nooit 'door hangen' wanneer deze wordt opgeborgen. Ondersteun de onderste boom daarom op verschillende plaatsen.



# TOOLBOX

- Aluminium ladders schuiven op een harde ondergrond zowel beneden als boven gemakkelijk zijdelings weg. Ze zijn bovendien niet bestand tegen chemicaliën. Let op haarscheurtjes in de ladderbomen en bij opsteekladders op de juiste constructie van opsteekhaken en beugels.
- Gebruik, indien nodig, gevelrollers, paalbeugels, latogen, nokhaken en ashaken, al naar gelang het werk dat vereist.
- Vernietig defecte of onvakkundig gerepareerde ladders.

